

Hallo Stüvekids,

heute, am Freitag, ist die erste Woche ohne Schule schon fast geschafft. In der Schule arbeiten noch einige Lehrer und andere Mitarbeiter und bereiten zum Beispiel den Unterricht oder AGs vor.

Sitzt ihr auch oft am Schreibtisch wie die Großen und erledigt die Aufgaben aus der Tagespost? Bestimmt dürft ihr auch mal Fernsehen schauen oder vielleicht sogar am Handy oder Tablet spielen.

Heute gibt es von uns einen Tipp, wie du dabei richtig sitzen kannst, ohne dass dir schnell der Rücken wehtut. Stell dir einfach vor, du bist eine Marionette und wirst am Hinterkopf nach oben und am Brustkorb nach vorne gezogen. Das Bild unten hilft dir bestimmt auch, öfter darauf zu achten, schau es dir doch einmal an!

Viele Grüße von Britta und Marius

